Nr. 5. Kraków, 1 Czerwca 1910. Rok IX.

PRZEGLĄD ZDROJOWO-KĄPIELOWY
i
PRZEWODNIK TURYSTYCZNY

OFICYALNY ORGAN I WŁASNOŚĆ POLSKIEGO TOW. BALNEOLOGICZNEGO.
PREZES: **PROF. Dr. STANISŁAW PAREŃSKI.**

Czasopismo ilustrowane. — Wychodzi cały rok co dni 14

pod redakcyą
Dra Jana Frączkiewicza, Dra Zenona Pelczara, Dra Zygmunta Wąsowicza i Dra Józefa Zanietowskiego.
Dział kosmetyczno-lekarski: **Dr. Luster.**

Redakcya i Administracya:
Kraków, Pańska 5.

Lokal redakcyjny i administracyjny otwarty codziennie od godz. 8—10 przedpoł. i od 3—6 popoł. z wyjątkiem niedziel i świąt.

Prenumeratę przyjmują Zarządy zdrojowe, biura ogłoszeń i księgarnie tak w kraju jak i zagranicą.

Warunki prenumeraty z przesyłką pocztową:

	w Austryi	w Niemczech	w Król. Pol. i Rosyi.
Rocznie	6 K — h.	6 Mk — fen.	3 Rb. — kop.

„Przegląd zdrojowo-kąpielowy“ znajduje się w pociągach osobowych i pospiesznych oraz we wszystkich kawiarniach, cukierniach, hotelach i restauracyach. P. T. Lekarzom w Galicyi, W. Ks. Poznańskiem i Królestwie Polskiem „Przegląd“ rozsyła się bezpłatnie.

Ceny ogłoszeń:
Ogłoszenia za 1 wiersz petitowy lub jego miejsce 40 h. Nadesłane za wiersz garmondu lub jego miejsce 1 kor.

Ogłoszenia prócz Administracyi przyjmują wszystkie biura ogłoszeń w kraju i R. Mosse i Haasenstein w Wiedniu.

TREŚĆ:

Pamiętajmy o polskich zdrojowiskach i uzdrowiskach!

Busko Wody siarczano-słono-wapienne, jod i sól glauberską zawierające. Gubernia Kielecka. 180 m n. p. m. Od Kielc 47 wiorst szosą.

Ciechocinek (nad Wisłą). Silne solanki. Gubernia Warszawska. 35·7 m. n. p. m. Połączony linią boczną z Aleksandrowem, st. dr. żel. Warsz.-Bydgoskiej. Frekwencya 15.000 osób.

Druskieniki Solanki, chlorek wapna i magnu zawierające. Gubernia Grodzieńska. 17 wiorst od Porzecza, st. dr. żel. Warsz.-Petersb., około 200 m. n. p. m. Frekwencya dochodzi do 10.000 osób.

Iwonicz Szczawy słono-jodo-bromowe i żel.-jod.-brom. 410 m. n. p. m. 11 klm. od stacyi kolei Iwonicz. Z Krakowa przez Tarnów-Stróże, ze Lwowa przez Sambor-Chyrów-N. Zagórz. Frekwencya około 5.000 osób. Szczegóły w ogłoszeniu.

Krynica Szczawy żelaziste. Największy zakład borowinowy. 600 m. n. p. m. Stacya kolei Muszyna-Krynica. Z Krakowa 7 godzin, ze Lwowa 11 godzin (przez Tarnów). Od stacyi kolejowej 10 klm. do Zakładu. Frekwencya 9.000 osób. Szczegóły w ogłoszeniu.

Lubień Najsilniejsze wody siarczane. 275 m. n. p. m. 20 klm. od Lwowa. Stacya kolei Lwów-Sambor w miejscu. Frekwencya 1.600 osób.

Morszyn Znakomite wody gorzkie i Zakład solankowy, obok Stryja. Eksport wody i soli gorzkiej. 320 m. n. p. m. Stacya kolei w miejscu. Frekwencya 200 osób.

Nałęczów Szczawy żelaziste i wapienne. Gubernia Lubelska. 250 m. n. p. m. 5 wiorst od stacyi kol. żel. nadwiślańskiej. Frekwencya około 2.500 osób.

Ojców Zakład wodoleczniczy. 19 wiorst od Olkusza, st. dr. żel. Iwanogrodzko-Dąbrowskiej. Z Krakowa 17 klm. Frekwencya około 4000 osób.

Połąga Jedyne polskie uzdrowisko i kąpiele morskie w Bałtyku. Od Klajpedy (Memel) 1½ godziny, od Libawy 7 godzin końmi. Frekwencya około 2.000 osób.

Rabka Solanka jodo-bromowa. 487 m. n. p. m. 3 godziny od Krakowa. Stacya kolei w miejscu. Frekwencya około 5.000 osób.

Rymanów Najobfitsza szczawa słono-alkaliczna jodowo-brom. Polskie Kissingen. 450 m. n. p m. 7 klm. od stacyi kolei Rymanów. Z Krakowa przez Tarnów-Stróże, ze Lwowa przez przez Przemyśl-Chyrów-N. Zagórz. Frekwencya 4000 osób. Szczegóły w ogłoszeniu.

Szczawnica Wody alkaliczno-słone i stacya klimatyczna. Około 500 m. n. p. m. Najbliższa stacya kolei Nowy Targ 41 klm., lub Stary Sącz 42 klm. Frekwencya 3.000 osób. Zakład wodol. i dyetet. Dra J. Kołączkowskiego. Szczegóły w ogłoszeniu.

Swoszowice obok Krakowa. Kąpiele siarczane, mułowe, elektryczne, hydropatya Frekwencya 2000 osób.

Truskawiec Wody słone, siarczane i alkaliczne. Około 400 m. n. p. m. 8 klm od stacyi kolei Drohobycz. Z Krakowa przez Przemyśl-Chyrów, ze Lwowa przez Stryj. Frekwencya w r. 1909 r. 5.500 osób. Szczegóły w ogłoszeniu.

Zakopane Stacya klimatyczna, położona na wysokości 830 1000 m. n. p. m. Stacya kolei w miejscu. Frekwencya 12.000 osób. Zakład wodoleczniczy Dra Chramca i Sanatoryum dla chorych piersiowo Dra Dłuskiego. Szczegóły w ogłoszeniu.

Jubileusz Prof. Dra Pareńskiego.

Już w poprzednim numerze ogłosiliśmy odezwę komitetu, w skład którego weszli: Prym. Dr. Borzęcki, Prof. Dr. Braun, Prof. Dr. Ciechanowski, Prof. Dr. Dobrowolski, Prof. Dr. Domański, Prym. Dr. Frączkiewicz, Dr. Gottfried, Dr. Habicht, Prof. Dr. Jaworski, Fizyk miejski Dr. Janiszewski, Dyrektor Dr. Krzyszkowski,, Rektor Dr. Łazarski, Dyrektor Dr. Murdziński, Prof. Dr. Rutkowski, Dr. Schneider Ludwik, Prezydent Izby lek. Dr. Schöngut, Radca Dworu, Prof. Dr. Wicherkiewicz, Prym. Dr. Wachtel, Dr. Wysocki.

Już wymienione nazwiska wskazywały, że rzecz cała spoczywa w pewnych rękach, że uroczystość wypadnie świetnie, jak na to Jubilat zasługuje.

W numerze 2-gim naszego czasopisma podaliśmy życiorys Prof. Dr. St. Pareńskiego, z okazyi wyboru Jego na Prezesa Polskiego Towarzystwa Balneologicznego, przytoczyliśmy i motywa, dlaczego godność prezesa złożyło Walne Zgromadzenie w ręce Jubilata. — Nie potrzebujemy więc powtarzać tego, tem bardziej, że osoba Jego, zalety umysłu niepospolitego i wszechstronnego, zacny i prawy Jego charakter, przedewszystkiem zaś dobre Jego serce, są powszechnie znane — życiorys Jego nadto przedrukowały wszystkie prawie dzienniki i czasopisma, osobliwie wychodzące w Krakowie.

Chcąc uczcić tak zacnego Męża i pozostawić trwałą pamiątkę tej czci dla Niego, postanowił Komitet zebrać i utworzyć fundusz im. Prof. Dra St. Pareńskiego, z którego odsetki przeznaczono na wsparcie dla opuszczających szpital św. Łazarza ozdrowieńców. Cel więc może najszlachetniejszy, najwięcej odpowiadający dobroci serca Jubilata — najlepszy zaś dowód w tem, jak żywy udział biorą w zebraniu funduszu nie tylko Koledzy, Uczniowie Jubilata, ale nawet Rada miasta Krakowa, szersza Publiczność i wdzięczni Pacyenci.

Ustalono też program uroczystości, która odbędzie się dnia 1 czerwca b. r.

Rano o godz. pół do 11-tej zbiorą się w szpitalu św. Łazarza w sali wykładowej Prof. Dobrowolskiego, Prof. Reissa, Prymaryusze szpitala, Sekundaryusze, Praktykanci i Urzędnicy szpitala, a nadto personal pomocniczy i delegacya służby szpitalnej i złożą życzenia Jubilatowi przemówieniami:

1) Dyr. Dra Krzyszkowskiego; 2) Prof. Pieniążka imieniem Kolegów Prymaryuszy; 3) Dra Kaz. Habichta imieniem Sekundaryuszy; 4) Jednego z lekarzy praktykantów.

O godz. 6-tej po południu w pięknej, wielkiej sali Krakowskiego Towarzystwa lekarskiego odbędzie się główna uroczystość — tam zbiorą się wszyscy, którzy chcą złożyć Jubilatowi życzenia. Będzie to zarazem uroczyste posiedzenie Tow. lekarskiego. Uroczystość rozpocznie się przemówieniem gospodarza domu, Prezesa Tow. lekarsk., Radcy Dworu Prof. Dra Wicherkiewicza, następnie zabierze głos delegat Wydziału lekarskiego Uniw. Jagiell., Redaktor „Przeglądu lekarskiego“, Prof. Dr. Ciechanowski wręczy Jubilatowi numer tego czasopisma — poświęcony Jemu, jako długoletniemu członkowi Komisyi redakcyjnej, następnie złoży życzenia imieniem Izby lekarskiej Prezes Dr. St. Schöngut, imieniem byłych Uczniów Dr. Ludwik Schneider, imieniem zaś obecnych Uczniów jeden ze słuchaczów medycyny Uniw. Jagiell. Imieniem Polskiego Tow. Balneologicznego i Redakcyi naszego pisma przemówi sekretarz i członek komitetu redakcyjnego Dr. J. Zanietowski. Po tej uroczystości odbędzie się w sali Tow. lekarskiego skromna uczta, w której udział wezmą nie tylko Koledzy



Lecznica Związkowa: Widok ogólny.

i Przyjaciele, ale i bardzo wiele osobistości, przedstawicieli władz.

Polskie Tow. Balneologiczne i Komitet redakcyjny jego organu „Przeglądu zdrojowo-kąpielowego" bierze żywy udział w tym obchodzie jubileuszowym swego Prezesa, pragnąc przyczynić się do powiększenia funduszu im. Dra Stan. Pareńskiego, chętnie pośredniczy w zbieraniu składek i datków na ten fundusz.

Dotychczas na fundusz ten złożyli:

Na fundusz im. Pareńskiego dla ozdrowieńców opuszczających szpital św. Łazarza do dnia dzisiejszego wpłynęły następujące datki od lekarzy: Kossak Leon, Lwów, koron 10, prof. Krzyształowicz Fr. 20, prof. Reiss Władysław, Kraków, 20, prof. Gliński Konrad, Kraków, 10. Mączka Tomasz, Kraków, 5, Boczar Stanisław, Kraków. 20, Bannet Arnold, Kraków, 5, Eichhorn Ferd., Kraków, 50, Kopf Leon, Kraków, 10, prof. Rydygier Ludwik, Lwów, 10, prof. Jaworski Walery, Kraków, 20, Łobaczewski Adam, Kraków, 50, Ludwik Schneider, Kraków, 500 (jako pierwsza rata), prof. Jakubowski Maciej. Kraków, 50, prof. Wiczkowski Józef, Lwów, 10, prof. Chlumsky Wacław, Kraków, 20, Wierzbicki Z., Bisenz-Bzence, 20, Grünzweig Bernard, Strumień, 20, Knapczyk, Bogumin, 20, Wurst, Kałusz, 10, Steinsberg. Franzensbad, 50. prof. Bujwid Odo, Kraków, 30, Zasadzki Stan., Szczurowice, 10, Gawlik sen., Sucha, 10, Baschkopf, Kraków, 4, Schudmak, Kraków, 10, prof. Ciechanowski, Kraków, 20, Filipkiewicz Stefan. Trenczyn, 50 (jako pierwsza rata), Turzański, Jarosław, 2, Bernadzikowski, Lwów, 10. Müller Emil, Lwów, 10, Lipski Kazimierz, Lwów 10. Grażyński Edward, Kraków, 10, Chłapowski, Kissingen, 20, Łowiński, Bad Nauheim, 20, prof. Łepkowski, Kraków, 20, Smolarski Wład., Kraków, 10, prof. Rutkowski Maksymilian, Kraków, 50, Frączkiewicz Jan, Kraków, 50, prof. Wicherkiewicz, Kraków 30, Wachtel Z., Kraków, 30, Luster, Kraków, 5.

Ponadto dyrekcya skarbu izdebnickiego nadesłała koron 20, pan Seeling z Izdebnika kor. 10, pan Rosner Zygmunt kor. 10, Administracya Przeglądu Zdrojowo-kąpielowego k. 20.

Świadczy to o dobrem i obywatelskiem zrozumieniu potrzeby i doniosłości utworzenia funduszu dla ozdrowieńców i ze strony sfer nielekarskich. Należy się spodziewać, że i inne instytucye publiczne, obszary dworskie, przedsiębiorstwa i osoby prywatne pójdą za tym, naśladowani godnym przykładem i przyczynią się do utworzenia tej tak potrzebnej fundacyi.

SPRAWOZDANIE

z posiedzenia Wydziału Polskiego Tow. Balneologicznego odbytego w Krakowie dnia 17-go maja 1910 r.

Skreślił

Dr. Zanietowski, sekretarz Towarzystwa.

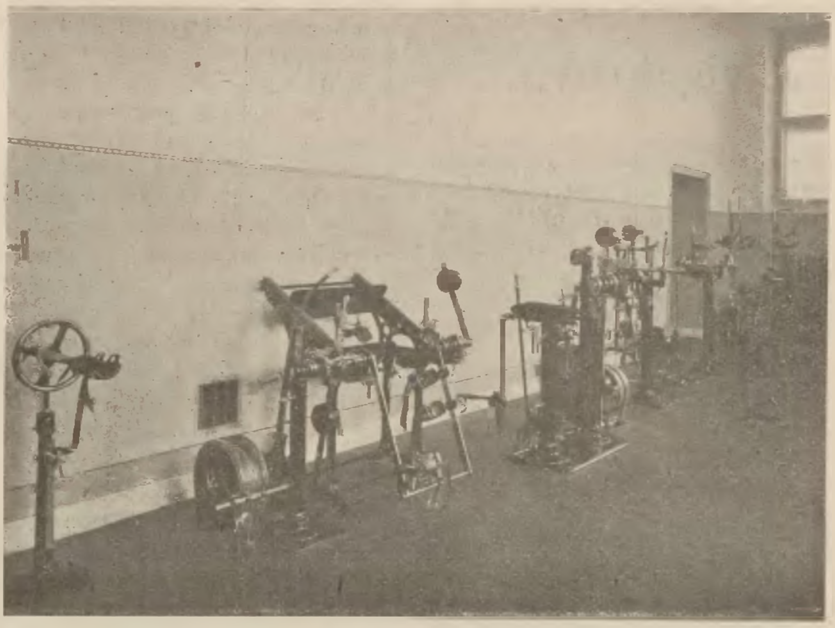
Obecni prezes prof. Pareński, Dr. Čercha, Dr. Piotrowski, Dr. Aronsohn, Dr. Frączkiewicz, Dr. Zanietowski.

1) Sekretarz Dr. Zanietowski odczytał protokół z poprzedniego posiedzenia, który jednogłośnie przyjęto, i zdał sprawę z powierzonych mu przez Wydział czynności.

2) Prezes odczytał pismo komisyi przemysłowo-lekarskiej lwowskiej w sprawie „Przewodnika po Galicyi". Po dyskusyi, w której brali udział wszyscy członkowie Wydziału, uchwalono zawiadomić o tem piśmie redaktora „Przewodnika" dra Pelczara, a sekretarzowi polecono wystosować odpowiedź do komisyi przemysłowo-lekarskiej, wyjaśniającą, iż „Przewodnik po Galicyi" jest rocznem wydawnictwem zeszytowem, którego zeszyt obecny zawiera opisy tych zdrojowisk, które zechciały same udzielić informacyj; zeszyt z roku 1911 będzie zaś rodzajem „Przewodnika po zdrojowiskach", który będzie rozdany Członkom Zjazdu lekarskiego podczas zamierzonej Wystawy balneologicznej.

3) Uchwalono delegować Dra Zanietowskiego i Dra Frączkiewicza na jubileusz prof. Pareńskiego i wyrażono jubilatowi serdeczne życzenia.

4) Uchwalono program akcyi przygotowawczej dla urządzenia Wystawy balneologicznej w r. 1911 i postanowiono rozesłać odnośny kwestyonaryusz do zdrojowisk.



Lecznica Związkowa: Zakład mechaniczno-leczniczy.

Lecznica Związkowa.

Lecznica Związkowa w Krakowie, położona w miejscu zacisznem, zdala od zgiełku wielkomiejskiego, a przecież w środku miasta, (ul. Garncarska L. 11), odpowiada urządzeniem swem ostatnim wymogom postępu; umieszczona jest w budynku na ten cel wystawionym, odsuniętym od ulicy na 16 m., a otoczonym obszernym ogrodem, urządzonym dla ozdrowieńców.

W budynku tym, którego fasada już ma swoistą cechę czystości, urządzono wszystko, co może być potrzebne do leczenia chorych tak zachowawczego jak i operacyjnego, a przy każdem urządzeniu uwzględniono wszystko, co możliwe pod względem higieny, estetyki, wygody chorych i komfortu.

Z obszernego podjazdu można albo wejść do budynku albo podjechać z ciężko chorym wprost pod windę. Wejście główne prowadzi obok loży portyera przez przedsionek w całości wyłożony kafelkami, w trzech kierunkach: jeden to schody do obszernego hallu w parterze budynku, drugi to schody boczne do kancelaryi zarządu, trzeci wreszcie, to schody do przyziemia.

Schodząc do przyziemia, natrafiamy znowu na obszerny hall, stanowiący poczekalnię dla chorych, zgłaszających się do zakładu, przeznaczonego do konserwatywnego leczenia chorób kobiecych, gdzie wszystkie urządzenia do tych celów służące, pomieszczono w trzech ubikacyach. Obok tego zakładu w dwóch pokojach urządzono pracownie dla badań chemicznych, mikroskopowych i bakteryologicznych. Obok pracowni w trzech ubikacyach urządzono zakład wodoleczniczy, a tuż przed nim ciemnię fotograficzną. Po stronie przeciwnej zakładu wodoleczniczego urządzoną pierwszą i jedyną w Krakowie kąpiel stałą (Dauerbad), a tuż obok tego zakład do fotografii Roentgena. Za tym zakładem znajdujemy windę na brudy, przeprowadzone przez wszystkie kondygnacye budynku w osobnych ubikacyach, a tuż obok windę dużą elektryczną osobową na 4 osoby, automatyczną, połączoną wprost z podjazdem, a za nią tylna klatka schodowa. Ciężkie drzwi żelazne przedzielają w dwóch miejscach korytarz, biegnący pomiędzy wspomnianymi zakładami, a to jedne zamykają hall parterowy, a z nim zakład ginekologiczny i pracownię, drugie zaś oddzielają resztę zakładów od dalszych ubikacyi, gdzie obok mieszkań służby znajdujemy pralnię i prasowalnię elektryczną, transmisye dla ortopedyi, urządzenie dla ogrzewania wodnego całego budynku, regulowania automatycznego ciepłoty w pojedynczych ubikacyach, oraz w osobnej przybudówce kocioł centralny dla sterylizacyi. Przyziemie ma wszystkie ubikacye wysokie, doskonale naświetlone, o dużych oknach, a to dzięki głębokiemu wykopowi, okrążającemu budynek w całości, wysłanemu asfaltem.

Drugi kierunek prowadzący z wejścia głównego wskazuje wygodne obszerne granitowe schody prowadzące do wielkiego hallu parterowego, przeznaczonego dla odwiedzających i interesantów. Drzwi z hallu prowadzą na długi korytarz, zamknięty na końcu cieńkimi żelaznymi drzwiami, a w korytarzu tym szereg drzwi prowadzi do pokoi dla chorych, słonecznych, obszernych, z których każdy posiada odpowiednią elektryczną wentylacyę, regulator ciepłoty pokoju, umywalnie z ciepłą i zimną wodą i meble odpowiednio do celów dobrane. Pokój jednoosobowy ma 50—70 mtr, sześciennych pojemności, pokoje inne po 100—120, a pokoje zbytkowne zaopatrzone w osobne łazienki i klosety. W tym korytarzu obok szeregu pokoi chorych, pomieszczenia dla służby, łazienek i klosetów znajdują się jeszcze wejścia do przygotowalni i sali operacyjnej dla operacyj nieaseptycznych. Po wyjściu z korytarza spotykamy znowu trzy kierunki, jeden to obszerne schody na piętro pierwsze, drugi to tylna klatka schodowa a trzeci wreszcie to kilka stopni w dół prowadzi do mezaninu niższego, w którym w dwóch olbrzymich salach o piątrowej wysokości urządzono z wielkim komfortem wszystko co dać można w zakładzie medykomechanicznym i ortopedycznym; obok tych sal są rozbieralnie i osobne ubikacye do masażu, jakoteż administracyi.

Po wyjściu na pierwsze piętro napotyka się rozbieżne dwa skrzydła budynku, z których każde kończy się werandą oszkloną, ogrzaną, urządzoną dla werandowania przez cały rok. W jednym z tych skrzydeł obok szeregu pokoi dla chorych znajdujemy przestrzeń operacyjną, urządzoną według ostatnich wymogów postępu; jest tam obszerna przygotowalnia dla chorych, rozbieralnia dla lekarzy, przygotowalnia dla lekarzy, przestrzeń na skład materyałów opatrunkowych i narzędzi, przestrzeń do sterylizacyi opatrunków i przyborów operacyjnych a wreszcie duża sala dla operacyi aseptycznych w całości wyłożona kafelkami, oświetlona nietylko dwoma olbrzymiemi żelaznemi oknami, ale także światłem jasnem, aseptycznie urządzonym, a wśród tego urządzenia widzimy źródło olbrzymie światła sztucznego, bo dające razem 4000 świec. Każde z wspomnianych skrzydeł zamykają żelazne drzwi. Drugie skrzydło na pierwszem piętrze posiadające piękny hall mieści obok zwykłych pokoi dla chorych i innych przynależnych ubikacyi, przestrzeń specyalnie urządzoną dla porodów z oddzielną sterylizacyą, wylęgarkę (couveuse) dla noworodków z pokoikami dla mamek, oraz salę opatrunkową.

Krocząc schodami klatki schodowej tylnej natrafiamy na mezanin górny, gdzie oprócz magazynów znajdują się ubikacye dla badań okulistycznych. Tymi też schodami wchodzimy na piętro drugie, gdzie w jednem skrzydle zakończonem werandą są sale chorych i kotły dla wody sterylizowanej, dla sterylizowanych płynów przeciwgnilnych

i dla sterylizowanej soli kuchennej, w drugim zaś umieszczono liczną służbę, kuchnię kawiarnię, spiżarnię, chłodnię oraz i przestrzenie do mycia naczyń.

Cały budynek jest w całym tego słowa znaczeniu zabezpieczony przed pożarem, gdyż prócz wiązania dachu, drzwi i okien nie użyto nigdzie do budowy drzewa, a wszędzie jest tylko kamień, beton i żelazo.

KOSMETYKA.

Dr. LUSTER.

Uwagi na czasie.

Pielęgnowanie zdrowia i urody podczas pobytu u wód.

W roczniku II. „Kosmetyki“ warszawskiej, znakomicie redagowanej przez znanego dermatologa Dra Zamenhofa, zamieściłem szereg prac z zakresu regeneracyi nadwątlonego całoroczną pracą organizmu, dokąd czytelników naszych odsyłamy. Szczupły kącik w „Przeglądzie zdrojowym“, pozwala nam ledwie na streszczenie ważniejszych ustępów dla tych czytelników, którzy nie mieli dotąd sposobności zapoznać się bliżej z wzmiankowanem, godnem polecenia, wydawnictwem.

Mało jest wybrańców losu, którzy mogą sobie pozwolić na racyonalny tryb życia, większość natomiast skazana jest z powodu warunków życia na zaniedbywanie podstawowych wprost zasad hygieny.

Niemal w letargu pozostaje organizm wielu przez 11 miesięcy w roku. Miesiąc 12 poświęca się willegiaturze, lecz i w tym miesiącu, tryb życia wielu bywa dalszym ciągiem zasypiania funkcyj żywotnych, albowiem w bezwzględnym spoczynku szukają pokrzepienia kuracyusze, zwłaszcza polscy, nieświadomi postępowania, pogłębiającego coraz bardziej letarg przemiany materyi. Wręcz odmienne są pojęcia w zakresie pielęgnowania zdrowia u innych narodów. Przypatrzmy się fizyognomii Berlina lub Wiednia w niedziele i święta. Już wczesnym rankiem roi się od tłumów turystów, spieszących za miasto, gdzie wśród ćwiczeń gimnastycznych i różnorodnych sportów spędzają dzień cały w blasku słońca, owiani ożywczem powietrzem. W godzinach południowych odczuwa się wyludnienie wzmiankowanych miast, bo z wyjątkiem ziewających przeciągle dorożkarzy i tu i ówdzie snujących się leniwie grup przejezdnych (przysiągłbym, że to są chwilowo bawiący... Polacy), nie napotkasz mieszkańca z tych grodów. A u nas? Wycieczki stały się wprawdzie modne, lecz przemianę materyi pobudzają przy tej sposobności... konie, powozy i samochody, a w zakładach kąpielowych wybiera się często kuracyusz na pieszą wycieczkę... do zarządu zdrojowego ze skargą na brak odpowiedniej liczby — ławek.



Lecznica Związkowa: Zakład ginekologiczny.

Zdrowie, a tem samem świeży, młodociany wygląd, zależą przedewszystkiem od normalnego składu krwi, która powinna w swym obiegu dotrzeć do n a j d r o b n i e j s z y c h g a ł ą z e k układu naczyniowego, celem odżywienia o b w o d o w y c h narządów organizmu. Postulat ten arcyważny osiągnąć można, gdy akcya serca odbywa się energicznie, a ściany naczyń nie uległy zwyrodnieniu wapnistemu. Przy zwolnionej bowiem akcyi serca i zwapniałych ścianach naczyń krwionośnych, cierpią nietylko narządy wewnętrzne,

ale w wyższym jeszcze stopniu obwodowe, a zatem te, które najbardziej od serca są oddalone, do tych należą: mózg, skóra i włosy.

Pamiętać należy, że każdy w nieczynności pozostający narząd zwolna zanika, wręcz zaś przeciwnie dzieje się przy miarowej pracy wszelkich narządów. W pierwszym zatem rzędzie muszą zakończenia naczyń krwionośnych być czynne, t. z. powinny się rozszerzać i zwężać, bo tylko w takich warunkach zachowują elastyczność i przepuszczalność dla ożywczego osocza krwi.

Aby zaś wprawić je w ruch, musi być siła ssąco-tłocząca serca odpowiednio przystosowana do tego celu, a dalej, co niemniej jest ważne — narządy same, a zwłaszcza mięśnie i mózg powinny pomocniczo pracować.

Wszelkie wymienione warunki odpadają u osób, prowadzących życie siedzące, gnuśne i sypiających ponad wymagania organizmu. Wśród takich warunków bywa akcya serca zwolniona; krew przepływa wprawdzie przez drobne gałązki tętnic, jednakże osocze krwi nie przeciska się przez ich ściany, nie odżywia danego narządu, a tętnice pozostają — bezczynne. Skóra, pozostająca przez dłuższy czas pod wpływem takiego stanu rzeczy, staje się martwą, ciastowatą, pokrywa się zmarszczkami, a co gorsza pergaminowacieje w następstwie braku „soków“, nieodzownych do jej odżywienia i nadania jej normalnej pulchności.

Zaznaczyć winniśmy, że utrata elastyczności skóry u osób używających mało ruchu, sprowadza, zwłaszcza u kobiet, obwisanie ściany brzusznej i biustu, otyłość nadmierną brzucha i bioder, pozostającą w stosunku do szczupłej zwykle i zniekształconej często klatki piersiowej, a zatem deformacyę wysoce nieestetyczną.

Jedynie tylko częsty spacer, gimnastyka i hygieniczne sporty, z zachowaniem wszelkich reguł odnośnie do wygodnej odzieży (gorset!) i pory dnia, może skierować odżywczy strumień krwi, odświeżonej przyspieszonem oddychaniem, do obwodowych części ciała. Ruch ciała w otoczeniu świeżego powietrza należy do najpotężniejszych czynników, regenerujących objawy przedwczesnej tudzież fizyologicznej starości. Jeden z wybitnych amerykańskich lekarzy zauważył u kilku przedwcześnie osiwiałych pacyentów, którym zalecił pobyt w Alpach, celem pobudzenia przemiany materyi, zupełną regeneracyę barwika włosów do pierwotnej ich barwy.

Naturalnie, że uwagi powyższe odnoszą się do ludzi zresztą zdrowych. Wyjeżdżającym dla specyalnego leczenia pewnych przypadłości, zalecamy zwrócić się do lekarza zdrojowego po wyczerpujące wskazówki, tyczące się trybu życia w miejscu pobytu.

O niektórych metodach odmładzania organizmu i racyonalnego pielęgnowania urody w porze wywczasów letnich, zamieścimy prace w następnych numerach.

Dr. Luster.

(Ciąg dalszy nastąpi).

Odpowiedzi Redakcyi.

(Tylko abonentom naszego pisma odpowiadamy i udzielamy fachowych rad i wskazówek kosmetycznych).

Maryi. W czasie, gdy skóra twarzy „swędzi i pali“, nie wolno posługiwać się mydłem. Puder w takich razach jest wskazany, jednakowoż radzimy użyć do tego zwłaszcza celu mączki ryżowej z apteki, bo często bywa w pudrach domieszka ołowiu, który zadrażniłby bardziej cerę.

S. Z. Przeciw pryszczom twarzy masaż nic nie pomoże; raczej pogorszy przypadłość.

Rzeszów — A. Proszę się zwrócić do firmy: Reim i Ska w Krakowie, Linia A—B, gdzie wszelkie hygieniczne kosmetyki są na składzie.

Be. Ge. Gorset warunkuje obniżanie się biustu. Brzmi to dla laika paradoksalnie, a jednak tak jest w istocie, albowiem narząd stale podpierany i uciskany — wiotczeje. U dziewcząt wiejskich, które jak wiadomo — gorsetem nie posługują się, a nadto ułatwiają pracą fizyczną krążenie krwi, zachowuje biust jędrność i klasyczne kształty.

P. R. Przerzedzone włosy dadzą się systematycznem leczeniem zagęścić.

Stan. Wrażliwa cera nie znosi białej wazeliny z powodu zawartości kwasu siarkowego, używanego do fabrykacyi tego preparatu. Wskazany byłby raczej: krem mitinowy.

Z powodu braku miejsca, zamieścimy dalszy ciąg odpowiedzi na liczne zapytania prenumeratorów w następnym numerze.

W kwestyach naszych zdrojów oraz turystyki, prosimy zwracać się listownie do Redakcyi i Administracyi „Przeglądu“, Kraków, Pańska 5, natomiast w sprawach z zakresu kosmetyki lekarskiej wprost do lecznicy lekarsko-kosmetycznej Dra Lustera, Kraków, Floryańska 35. Wszelkich informacyj tak w piśmie, jak listownie udziela się bezinteresownie prenumeratorom „Przeglądu“.

KORESPONDENCYE.

ECHA LETNIE Z NAD PRUTU...

Łanczyn, w maju 1910.

Doszedł nas majowy numer „Przeglądu z-k-t“ i chcieliśmy prosić o wzmiankę naszego Łanczyna, bo tyleśmy warci tak samo jak sąsiednia Dora, taka sama tu „parada“ jak w pobliskim Delatynie... I kąpiele w Prucie mamy i spacery w lasach (kameralnych!) i po wzgórzach, i lekarza mamy swego (Dr. E. Pasiecznicki) i kaplicę polską i kolej i pocztę i rządowe saliny i „magazyny“ z wszystkimi potrzebnymi towarami, — a poszczycić się możemy dogodnymi warunkami życiowymi; nie ma tu spekulacyjnych will i pensyonatów, niema drożyzny i wyzyskiwania sezonowego... Innemi słowy: dziewiczo tu i patrjarchalnie i zacisznie i dobrze, o ile kto wypoczynku pragnie i pokrzepienia sił tanim kosztem; w tem tkwi cała właściwa aktualność naszego „sprostowania“ rekomendacyjnego... A że do uzupełnienia tego ostatniego należy także zażalenie, zanosimy za pośrednictwem szan. Redakcyi „Przeglądu z-k-t“ usilną prośbę do dyrekcyi pocztowej we Lwowie — o umieszczenie skrzynki listowej na stacyi kolejowej, wszak większość letników mieszka w tzw. ulicy kolejowej, czyli, że do najbliższej skrzynki pocztowej we wsi jest niemal kilometer drogi. Z wdzięcznością i przyjemnością zanotujemy spełnienie tego naszego gorącego życzenia jako część składową naszej następnej „korespodencyi“... podczas haute saison'u...

Roman H. K.

Szczawnica, w maju.

W Szczawnicy z początkiem sezonu t. j. 20 maja, było już ze 30 osób. Zdaje się, że pierwszy sezon będzie wyłącznie chrześcijański, gdyż 13 i 14 czerwca przypadają święta żydowskie, które we wczesnem rozpoczęciu kuracyi stoją żydom na przeszkodzie.

Zupełnie po europejsku przedstawiają się zakładowe domy, odnowione przez administracyę hr. Stadnickiego.

Domy zostały całkiem przebudowane, nowym dachem pokryte, wewnątrz urządzone czyściutko z umeblowaniem prostem, ale gustownem. Pierwsze to przykłady gospodarki nowego właściciela świadczą, że to, co będą robić, będą robić porządnie.

Za parę tygodni firma Nitsch ma rozpocząć ujmowanie źródeł Wandy i Szymona przy bezustannej asyście fachowego chemika.

Niebawem też zaczną się roboty koło parkowych leżalni i budynku, w którym będą stały krowy, badane tuberkuliną. Roboty te nie potrwają dłużej, jak kilkanaście dni i w połowie czerwca będzie wszystko skończone.

N.

Rabka w maju.

Pospieszam z wiadomością, że obecny właściciel p. Dr. Kaden poczynił przedwstępne kroki, celem zawiązania tow. akcyjnego, i są widoki szybkiego dojścia do skutku całej akcyi.

B.

Delatyn, w maju.

Niezwykle uroczyście obchodziliśmy dzień poświęcenia łazienek solankowych. Uroczystość odbyła się 22



Lecznica Związkowa: Hall I. piętra.

maja, w obecności gości ze Lwowa, Stanisławowa i i. Po Poświęceniu przez ks. kan. Drohomireckiego, przemówił burmistrz miasta p. K. Atłas, poczem goście zwiedzali Zakład. Łazienki są urządzone z prawdziwym komfortem, i nie ustępują w niczem tego rodzaju kąpielom zagranicznem. W łazienkach leczyć będą Dr. Bogdański i Dr. Harasowski.

Dr. Henryk Dobrzycki.

50 lat pracy publicznej.

Kto zna Henryka Dobrzyckiego, pełnego sił i życia, zdziwi się, gdy wyczyta, że obchodzimy 50-lecie, a właściwie 51-lecie, od chwili wstąpienia jego w szranki działalności publicznej.

Dobrzycki urodził się w Kaliszu w 1843 r., tu skończył szkołę realną i początkowo zamierzał kształcić się w malarstwie, choroba oczu stanęła jednak temu na przeszkodzie i w r. 1859 skłoniła go do rozpoczęcia studyów w Akademii medyko-chirurgicznej, później we Wrocławiu; w r. 1865 Dobrzycki otrzymuje stopień lekarza w Szkole głównej i odtąd poświęca się medycynie. W r. 1866 zostaje lekarzem szpitala w Mieni, w r. 1879 otwiera tam pierwsze sanatoryum ludowe i prowadzi je do r. 1882, w dwa lata później obejmuje zakład leczniczy w Sławucie i doprowadza go kwitnącego stanu obecnego, a prócz tego przez pewien czas prowadzi zakład leczniczy w Warszawie.

Zostawszy przewodniczącym w wydziale zdrojowisk w 1898 roku, Dobrzycki rozwija niezmordowaną na tem polu działalność. Był to najczynniejszy wydział warszawskiego Tow. hygienicznego. Słowem i piórem zachęca Dobrzycki do popierania zdrojowisk krajowych, opracowuje projekt prawa dla miejsc leczniczych, wykazuje skuteczność wód krajowych, wydaje w tym celu tablicę porównawczą wód krajowych i zagranicznych, pisze przewodnik po zdrojowiskach polskich, organizuje lekarzy zdrojowych, słowem skupia całą działalność balneologiczną w kraju około swojej osoby; i, kiedy po 10 latach ustępuje, widzi już owoce swej pracy w stopniowym rozwoju zdrojowisk.

Nie tylko jednak słowem i pismem, ale i czynem domaga się rozwoju. Nie mówiąc już o Sławucie, czynnie przyczynia się do uratowania Pieskowej Skały, bierze udział w utworzeniu Tow. akcyjnego, którego przez trzy lata był prezesem.

Prócz tych zasług, Dobrzycki zrobił wiele, on to w r. 1893, po śmierci Fritschego zorganizował na nowo „Medycynę", a w r. 1908, połączył ją z „Kroniką lekarską"; on również był inicyatorem utworzenia wydziału prasy lekarskiej na zjazdach międzynarodowych. Pol. Tow. Baln. i Komitet redakcyjny naszego „Przeglądu zdrojowo-kąpielowego" przesyłają na tej drodze najserdeczniejsze życzenia: Ad multos annos.

Wiadomości bieżące.

Krynica budzi się do życia - osób sporo już zjechało, a zgłoszeń do Zarządu bardzo wiele. Łazienki, wille rządowe i prywatne odnowione, dom zdrojowy również. Kąpiele wyborne — woda istny szampan -- zarząd nowy stara się, aby kuracyusze byli zadowoleni. — Lekarze są już w komplecie na miejscu. Pogoda prześliczna — ciepło, czasem tylko wiosenny deszczyk orzeźwi przecudną, świeżą zieloność.

Przed kilku dniami odbyło się poświęcenie pensyonatu „Nałęczówka" — pokoje urządzone z komfortem i gustem, pod względem hygieny będzie to bezsprzecznie pierwszorzędny zakład w Krynicy, sądząc zaś z przyjęcia zaproszonych na poświęcenie gości, kuchnia nie znajdzie równej co do sposobu przyrządzania, czystości i obfitości.

Dnia 21 maja odbyło się pierwsze w tym roku posiedzenie Komisyi zdrojowej pod przewodnictwem c. k. starosty Strzelbickiego - na porządku dziennym były bardzo ważne sprawy miejscowe.

Dnia 22 maja odbył się wspaniały pochód do parku do statuy Matki Boskiej na cześć koronacyi cudownego obrazu w Częstochowie.

Budowa kolei Muszyna-Krynica postępuje nadspodziewanie w szybkiem tempie — i możemy na podstawie łaskawie udzielonych nam informacyj przez Kierownictwo przedsiębiorstwa dziś już powiedzieć, że linia ta mogłaby jesienią tego roku oddaną być do użytku publicznego, gdyby rząd i kraj mieli nieco dobrej woli do przeprowadzenia formalności urzędowych, potrzebnych dla odebrania trasy.

Jesteśmy upoważnieni do oświadczenia, że plotki rozsiewane przez jakieś indywidyum o tyfusie w okolicach Ojcowa, są wymysłem najgorszego gatunku, że ani w Ojcowie samym, ani też w okolicy Ojcowa nie było wypadku nawet podobnego do tyfusu.

Wystawa balneologiczna w 1911 r. w Krakowie z okazyi XI Zjazdu polskich lekarzy i przyrodników. Przygotowania do wystawy balneologicznej postępują raźno naprzód. Na ostatniem posiedzeniu Pol. Tow. Baln. ułożono w głównych zarysach kwestyonaryusz, który interesowanym będzie rozesłany, a o którego rychłe i dokładne wypełnienie najuprzejmiej i najusilniej upraszamy. Ostateczne zredagowanie kwestyonaryusza polecono komitetowi ściślejszemu, złożonemu z prezesa prof. dra Pareńskiego i dra Zanietowskiego, oraz dra Frączkiewicza.

Opis Lecznicy Związkowej w Krakowie, zamieszczony w niniejszym numerze, podajemy głównie z tych względów, aby nietylko naszym, ale także i zagranicznym tego rodzaju zakładom dać wzór urządzeń, jakich wiedza i nauka obecnie wymaga. Dodać musimy, że koszta budowy i urządzenia „Lecznicy", aczkolwiek bardzo wobec tego znaczne, bo dochodzące do 800.000 koron, sowicie się nagradzają, bo „Lecznica" prosperuje i rozwija się świetnie, zgłoszeń bardzo wiele — nietylko lekarze, ale i publiczność chwalą opiekę, czystość, pożywienie i t. d.

W następnych numerach podamy kolejno w celach informacyjnych i urządzenia innych zakładów krajowych, aby przekonać Lekarzy i Publiczność, że nie potrzeba grosza zagranicę wywozić.

Odkażanie wagonów kolejowych. Dzienniki słusznie podnoszą niedostateczne odkażanie i oczyszczanie wozów osobowych, krążących między Krakowem, Sączem a Zakopanem, a przewożących znaczną liczbę osób z gruźlicą otwartą.

Zwalczanie gruźlicy. Na posiedzeniu komisyi sanitarnej miasta Krakowa z dn. 10. V. b. r. uchwalono na wniosek Prof. Dra Pareńskiego krzewić przeciw gruźlicy ostrzeżenia zapomocą napisów na pudełkach zapałek.

Narodowe Towarzystwo zwalczania gruźlicy w Stanach Zjednoczonych, postanowiło po dworcach kolejowych, poczekalniach itp. umieszczać ogromne afisze przedstawiające obrazowo następstwa gruźlicy nie leczonej.

Do Zdrojowisk. Kupcy tutejsi za pośrednictwem naszem zwracają się do Zarządów zdrojowisk o nadsyłanie listy gości, szczególnie do cukierń, kawiarń, hoteli i t. d.

Druga lista gości Krynickich wykazuje osób 560.

Ogłoszenie subskrypcyi. Zwracamy uwagę P. T. Kolegów i Czytelników naszego pisma na ogłoszenie subskrypcyi na Zakład wodoleczniczy Dra A. Chramca w Zakopanem.



Lecznica Związkowa: Pokój chorych.

Z różnych stron. Polski Związek lekarzy (przyrodników w Petersburgu odbył 7 (20) V. b. r. posiedzenie, na którem prof. Zaleski miał wykład: „O promieniu twórczości wód mineralnych" z których obszerne streszczenie postaramy się w jednym z następnych numerów naszego pisma umieścić.

ODPOWIEDZI REDAKCYI.

P. Szymańska w G... W tym wypadku może Pani używać mydło Malinowskiego.

Dr. S. P. Serdecznie dziękujemy. O staraniach otrzymania dzierżawy Morszyna wiemy, także i o innych. Na razie czekamy ze spokojem, a w swoim czasie materyał zużytkujemy. Szwagier się — śmieje.

Redaktor odpowiedzialny:
Dr. Jan Frączkiewicz.

Ogłoszenie subskrypcyi.

Zakład wodoleczniczy Dra Andrzeja Chramca w Zakopanem Towarzystwo akcyjne.

2.000 sztuk akcyj po 200 K nominalnej wartości = 400.000 K.

. Reskryptem z dnia 7 maja 1910 L. XIII 1343/1 udzieliło c. k. Namiestnictwo we Lwowie Drowi Andrzejowi Chramcowi, Jadwidze Chramcowej w Zakopanem, Bankowi Krajowemu Królestwa Galicyi i Lodomeryi z Wielkiem Księstwem Krakowskiem i Wiedeńskiemu Bankowi związkowemu Filii w Krakowie ostatecznego pozwolenia na założenie Towarzystwa akcyjnego pod firmą:

„Zakład wodoleczniczy Dra Andrzeja Chramca w Zakopanem Towarzystwo akcyjne“.

Powyższym reskryptem zatwierdzono także statut Towarzystwa. Kapitał akcyjny wynosi 1,000.000 K, jest rozdzielony na 5000 sztuk akcyj nominalnej wartości po 200 K niepodzielnych i opiewających na okaziciela. Kapitał akcyjny może być uchwałą Walnego Zgromadzenia do 2,000.000 K bez, a ponad tę kwotę za zezwoleniem c. k. Rządu powiększony.

Towarzystwo przyjmuje od Dra Andrzeja Chramca Zakład wodoleczniczy w Zakopanem, t. j. przedsiębiorstwo bez wszelkich ciężarów i należące do tego zakładu:

a) Nieruchomości t. j. grunta i budynki objęte wykazem hipotecznym l. 521 gm. kat. Zakopane;

b) Całe urządzenie t. j. inwentarz martwy i żywy, według opisu z daty Zakopane 31 grudnia 1909 za cenę szacunkową 800.138 K i wzamian za ten aport daje Drowi Andrzejowi Chramcowi 3000 sztuk akcyj po nom. 200 K w nom. kwocie K 600.000, przyjmuje na siebie do zapłaty dług amort. ciążący na powyższej nieruchomości na rzecz Banku krajowego Królestwa Galicyi i Lodomeryi z W. Ks. Krakowskiem w resztującej kwocie 173.934 K i wypłaca mu gotówką 26.204 K, razem K 800.138.

Dr Chramiec zobowiązuje się przez lat 12 prowadzić lekarsko-zawodowe i administracyjne kierownictwo przedsiębiorstwa.

Dr Andrzej Chramiec nie wycofuje swego kapitału z przedsiębiorstwa, ale pozostaje akcyonaryuszem z kwotą 600.000 K. Kwota 400.000 K uzyskać się mająca za gotówkę w drodze subskrypcyi, jakoteż kwota 1,000.000 K uzyskać się mające przez podwyższenie kapitału akcyjnego na 2,000.000 K, będzie użyta na inwestycye. W szczególności wybuduje się dom murowany, obejmujący 100 pokoi, budynek administracyjny dla pomieszczenia kuchni, magazynów, lodowni, mieszkań dla służby, pralni elektrycznej, wprowadzi się różne ulepszenia w parku, uzupełni inwentarze tudzież urządzenie, a w dalszym ciągu wybuduje łazienki, dwa pawilony dla gości, tudzież budynek, obejmujący kawiarnię, restauracyę, salę balową, czytelnię i t. d. Na podstawie faktycznych danych można się spodziewać, że przejęcie tego przedsiębiorstwa przez Towarzystwo akcyjne ma widoki powodzenia, rozwoju i rentowności kapitału akcyjnego.

Wartość Zakładu została ustalona przez szczegółowe oszacowanie.

Oszacowania dokonali rewizorzy przez c. k. Namiestnictwo dla Towarzystw akcyjnych zamianowani, a przez Izbę handlową w Krakowie delegowani. Znawcy zbadali także księgi Dra Chramca z ostatnich lat pod względem rentowności przedsiębiorstwa. Operaty szacunkowe i sprawozdanie rewizorów przedłożono c. k. Ministerstwu spraw wewnętrznych, które je zbadało i na podstawie wyniku badania udzieliło koncesyi.

Rentowność Zakładu została książkowo stwierdzona.

Dochód brutto wynosił w roku 1908 . . K 263.588
„ „ „ „ „ 1909 . . K 267.698

Dochód netto wynosił około $12^1/_2$%.

Towarzystwo obejmuje interes kwitnący, cieszący się rozgłosem, przeto kapitał akcyjny nie jest narażony na ofiary, jakie każde nowe przedsiębiorstwo z początku za sobą pociąga i wobec tego należy się spodziewać, że już pierwszy rok administracyjny przyniesie **odpowiednią dywidendę.**

Należy podnieść okoliczność, że Towarzystwo obejmując rentujące się już dzisiaj przedsiębiorstwo, nie płaci Drowi A. Chramcowi specyalnego ekwiwalentu za wartość interesu, co wpływa bardzo dodatnio na ocenę wartości aportu, którego wysokość rzeczoznawcy oznaczyli tylko na podstawie rzeczywistej wartości.

Zaproszenie do subskrypcyi.

Na podstawie powyższego prospektu przedkładamy do subskrypcyi nominalnej wartości 2000 sztuk akcyj po 200 K = 400.000 K. „Zakładu wodoleczniczego Dra Andrzeja Chramca w Zakopanem Towarzystwo akcyjne“.

Subskrypcya odbędzie się w czasie od

23 maja do 5 czerwca 1910.

Subskrypcye przyjmować będą:

W Krakowie: Filia Banku kraj. Królestwa Galicyi i Lodomeryi, Wiedeński Bank Związkowy Filia w Krakowie, Dom handlowy Alberta Mendelsburga;

We Lwowie: Bank kraj. Królestwa Galicyi i Lodomeryi, Wiedeński Bank Związkowy Filia we Lwowie;

W Przemyślu: Wiedeński Bank Związkowy Ekspozytura w Przemyślu;

W Warszawie: Warszawski oddział Banku handlowego w Łodzi, Warszawa H. Wawelberg, Wm. Landau;

W Łodzi: Bank handlowy w Łodzi, Wm. Landau.

Subskrypcya odbywa się pod następującymi warunkami:

1. Cena subskrypcyjna wynosi po 200 K za akcyę nominalnej wartości 200 K;
2. Subskrypcya następuje na formularzach zgłoszenia;
3. Przy subskrypcyi złożoną być winna cała równowartość w gotówce, albo w papierach wartościowych;
4. Przydzielenie nastąpi jak najrychlej po ukończeniu subskrypcyi za uwiadomieniem subskrybentów.

Kraków w maju 1910 r.

Dr. Andrzej Chramiec, Jadwiga Chramcowa, Bank kraj. Królestwa Galicyi i Lodomeryi z W. Ks. Krakowskiem, Wiedeński Bank Związkowy Filia w Krakowie.